

歳時記のある暮らし

二〇二五年

《八月》

ひまわりの花が元気に咲くころです。

皆様、すこやかに過ごしてでしょうか。

いつも『神秘の健康力』をご愛用いただき誠にありがとうございます。

八月の和風月名は「葉月（はづき）」。「木々の葉が次第に落ちる」「葉落ち月」が略されたといわれます。じりじりと太陽が照り付けるころに「違和感」を覚える呼び名ですが、これは旧暦の

八月が現在の九月から十月にあたるためです。

七日からは二十四節気の「立秋」。七十二候は「涼風至（すずかぜいたる）」。「お盆を過ぎると日の長さや吹く風に秋の気配を感じなくてもありませんが、実際には暑さで体力を奪われ、日が続きます。ただし「立秋を迎えた後は」「残暑見舞い」を送ります。なかなか終わらない暑さを見舞うという意味がありますので、八月中旬に届くようにしたいものです。

このころの自然現象に「上用波」があります。夏土用のころ、晴れて風もなく波も穏やかなのに「遊泳禁止」の指示が出ることがあります。はるか南の海上で台風が発生し、発達しながら波浪を生み出します。このうねりは強風によって起こる波とは「違」って「見ゆた」と「穏やかさ」ですが、海岸地形の影響を受けて水深の浅い太平洋沿岸部に大波が打ち可せるといって性質を持っているので「敬言戒」が必要です。

「雲の峰」は、青空にモクモクと入道雲がそびえ立つ様子を山並みに例えた言葉です。日差しで熱せられた地表の空気は強い上昇気流となり、上空で冷やされることで大きくわき立つような雲を作ります。如たる暑さを青と白のコントラストで想起させる美しい季語です。雲の峰が育つと夕立がやってきます。入道雲は強い上昇気流で、成層圏付近まで押し上げられます。入道雲に取り込まれた水蒸気は、上空の冷たい空気で冷やされると大きな水滴や氷の粒に育ちます。大きくなりすぎて上昇気流で支えきれなくなると雨となって地表に落下する、つまり夕立となります。入道雲は背が高いのですが、面積は狭いので、雨の降る地域と降らない地域がはっきりと分かれます。そのため夕立を「馬の背を分け

（裏へ続きます）



『神秘の健康力』
定期購入 30粒 2,700円(税込)～
商品の注文・変更をご希望の場合は、下記にお電話ください。
☎0120-63-2222
※おかけ間違いにご注意ください。
【営業時間】
9:00～18:00 (12/31～1/2は休日)

ると形容したりします。

汗を吹く 茶屋の松風 蝉時雨

正岡子規

サ如たるような火天下、噴き出る汗を拭いて茶屋で一服している。蝉時雨が暑さを助長するなか、ふと松葉の葉擦れの音がして涼風を感じる。そんなほっとするひと時の喜びが伝わってきます。この季節の植物は元気をくれます。朝の光が透けるような朝顔、紺碧の空のような露草、熱い風に揺れる桃色の百日紅など、どの花もみずみずしく爽やかです。

お盆休みの帰省もあつて山を見る機会が増えるかもしれませんが、十一日は山の日で、

「山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する日」という国民の祝日です。八月の茶掛に「雲収山嶽青くもさまりそさんかくあおし」という禅語があります。雲が消え去って山並が青々と見えるという自然の快い光景を詠っています。深い意味では、雲は煩惱、山を仏性になぞらえて、煩惱が消えて仏性があらわれた悟りの境地を示しています。そういえば杜甫の「春望」には「国破山河在（こにやぶれてさながありし）とか、武田信玄の風林火山の旗印の一つに「不動如山（ふが動かざることやまのごとし）」とかあります。山は動かない多象徴のようにとらえられているのですね。

十三日から十六日はお盆。正式には「盂蘭盆会（うらぼんえ）」といい、お釈迦様の弟子の目連が餓鬼道に落ちた母親を救うため七月十五日に霊を供養したことに由来します。現在では一部地域を除いて月遅れの八月に行うことが一般的です。十三日に迎え火を焚いてご先祖様の霊を家にお招きして一緒に過ごし、十六日に送り火や灯笼流しでお見送りをします。

八月のテーマは熱中症対策。クーラー、保冷剤、氷、冷たいタオルなどで身体を冷やし、日中の外出は避けるなど、暑さから身を守りましょう。

健康対策には『神祕の健康力』。商品のご注文やご変更などございましたら、いつでも(0)20-63-2222)までご連絡ください。

皆様のご健康をお祈り申しあげます。

金氏高麗人参株式会社

おもてなし係お手紙担当 久郷直子

